

Le stress lié au travail est le plus souvent causé par une lourde charge de travail et la conciliation travail-vie personnelle

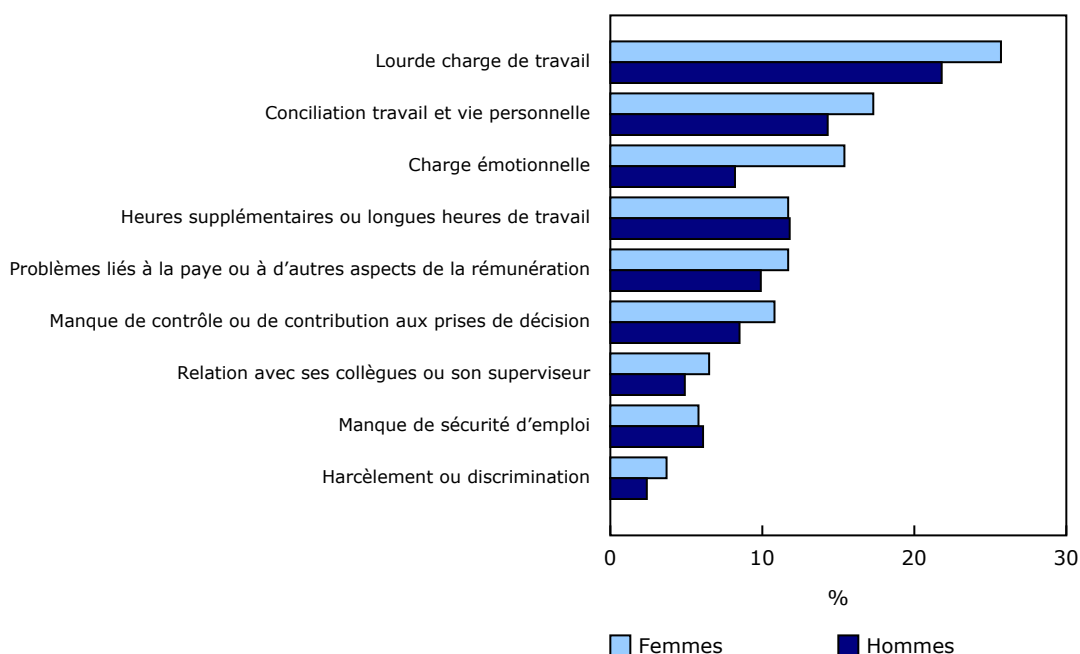
Diffusé à 8 h 30, heure de l'Est dans *Le Quotidien*, le lundi 19 juin 2023

Plusieurs raisons peuvent expliquer le stress lié au travail; par exemple, lorsque l'on doit composer avec une lourde charge de travail ou concilier le travail et la vie personnelle. Des niveaux élevés de stress lié au travail peuvent entraîner des répercussions négatives sur la santé et des pertes d'heures et de revenus. Ces aspects sont liés au bien-être des personnes qui occupent un emploi et peuvent être mesurés à l'aide du [Cadre statistique pour la mesure de la qualité de l'emploi](#). En avril 2023, des renseignements sur la santé mentale et le stress lié au travail ont été recueillis auprès de travailleurs de 15 à 69 ans, dans le cadre d'une série de suppléments à l'Enquête sur la population active.

Un peu plus de 4,1 millions de personnes ont déclaré éprouver des niveaux de stress lié au travail élevés ou très élevés, ce qui représente 21,2 % de l'ensemble des personnes en emploi. Les causes les plus courantes de stress lié au travail étaient une lourde charge de travail, qui touchait 23,7 % des personnes en emploi, ainsi que la conciliation du travail et de la vie personnelle (15,7 % des personnes en emploi). Les femmes (22,7 %) étaient plus susceptibles que les hommes (19,7 %) d'éprouver des niveaux de stress lié au travail élevés ou très élevés.

Graphique 1

Une lourde charge de travail et la conciliation travail-vie personnelle sont les causes les plus courantes du stress lié au travail



Note(s) : Les estimations portent sur la population civile âgée de 15 à 69 ans ne vivant pas en établissement, vivant dans les provinces et qui était en emploi en avril 2023. Les données ne sont pas désaisonnalisées.

Source(s) : Supplément de l'Enquête sur la population active (3701), totalisation personnalisée.



Statistique
Canada

Statistics
Canada

Canada

Le stress lié au travail est plus courant parmi les personnes travaillant dans le secteur des soins de santé et de l'assistance sociale

Le secteur présentant la plus forte prévalence de stress lié au travail était celui des soins de santé et de l'assistance sociale, où 27,3 % des personnes en emploi éprouvaient des niveaux élevés ou très élevés de stress lié au travail. Les taux chez les hommes et les femmes étaient semblables.

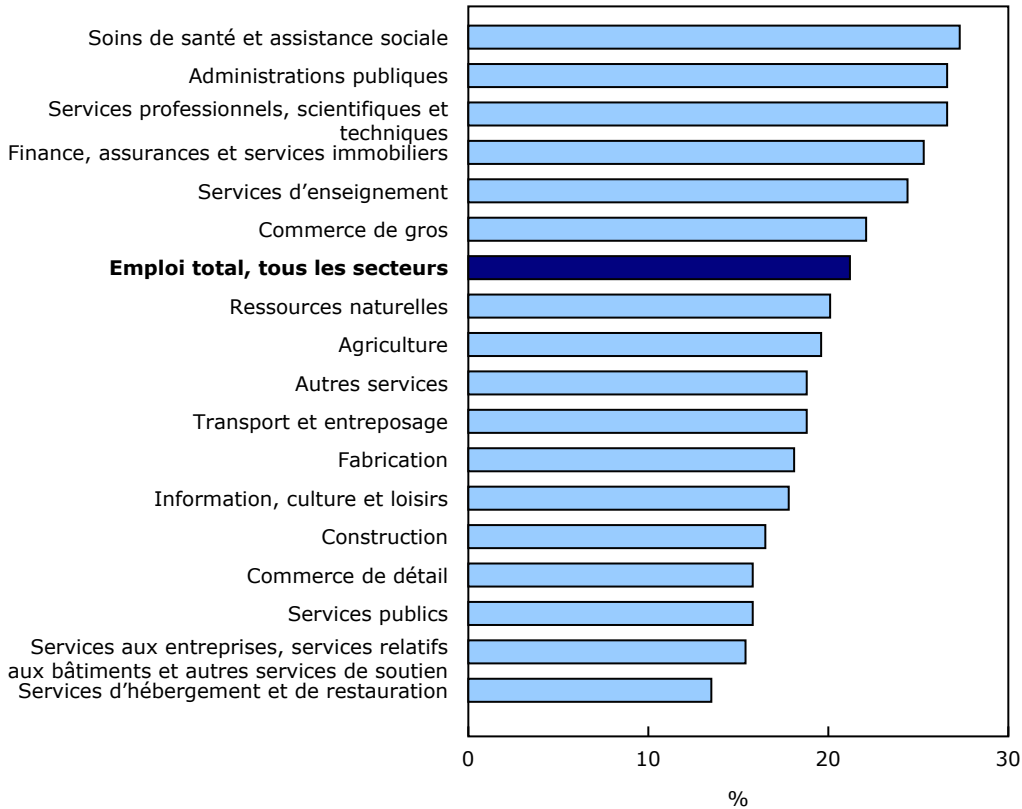
Ces résultats font suite à ceux d'une étude précédente, qui a révélé que [la pandémie de COVID-19 avait entraîné une augmentation du stress lié au travail parmi les travailleurs de la santé](#), en raison de divers facteurs comme des heures de travail prolongées, un nombre de congés réduit et des changements touchant les méthodes de prestation des soins.

Comparativement à la moyenne de tous les travailleurs, les personnes qui travaillaient dans l'industrie des soins de santé et de l'assistance sociale étaient plus susceptibles de déclarer que la lourde charge de travail (32,3 %, par rapport à la moyenne de 23,7 %) et la charge émotionnelle (21,4 %, par rapport à la moyenne de 11,7 %) étaient des causes de stress lié au travail en avril 2023.

Le stress lié au travail variait selon le sexe et le secteur. Par exemple, le stress lié au travail était plus souvent déclaré chez les femmes que chez les hommes dans les services d'enseignement (27,0 % par rapport à 19,6 % chez les hommes) et le commerce de détail (17,4 % par rapport à 14,1 % chez les hommes). Parallèlement, les hommes étaient plus susceptibles que les femmes de déclarer éprouver du stress lié au travail dans le secteur de la construction (17,2 % par rapport à 12,6 % pour les femmes) et dans celui des « autres services » (20,7 % par rapport à 17,2 % pour les femmes). Ces différences peuvent rendre compte de plusieurs facteurs, y compris des différences entre les professions exercées par les femmes et les hommes, au sein des secteurs.

Graphique 2

Plus d'un quart des personnes travaillant dans le secteur des soins de santé et de l'assistance sociale éprouvent des niveaux élevés ou très élevés de stress lié au travail



Note(s) : Les estimations portent sur la population civile âgée de 15 à 69 ans ne vivant pas en établissement, vivant dans les provinces et qui était en emploi en avril 2023. Les données ne sont pas désaisonnalisées. Les estimations représentent le pourcentage des personnes en emploi éprouvant des niveaux élevés ou très élevés de stress lié au travail.

Source(s) : Supplément de l'Enquête sur la population active (3701), totalisation personnalisée.

Les travailleurs du principal groupe d'âge actif qui sont des gestionnaires ou qui exercent une profession exigeant un niveau d'études plus élevé sont plus susceptibles d'éprouver du stress lié au travail

Comparativement aux travailleurs des autres groupes d'âge, le stress lié au travail était plus courant parmi les travailleurs du principal groupe d'âge actif (ceux âgés de 25 à 54 ans). Dans ce groupe d'âge, le stress lié au travail était plus élevé dans les professions en gestion (37,3 %) et dans les professions qui exigent un baccalauréat ou un grade de niveau supérieur (29,5 %). À titre de comparaison, le stress lié au travail était moins courant dans les professions qui exigent un diplôme d'études secondaires ou un niveau de scolarité inférieur (13,5 %).

La prévalence du stress lié au travail était significativement plus faible chez les jeunes de 15 à 24 ans (8,3 %), alors que chez les travailleurs de 55 à 69 ans (21,3 %), la prévalence du stress lié au travail était légèrement inférieure à celle des travailleurs du principal groupe d'âge actif.

Jours perdus en raison du stress ou pour des raisons de santé mentale

Le stress lié au travail peut avoir des répercussions négatives, lesquelles peuvent entraîner des absences du travail. Parmi les personnes en emploi, 7,5 % des personnes avaient pris un congé de leur emploi ou de leur entreprise en raison du stress ou pour des raisons liées à la santé mentale au cours des 12 mois ayant précédé avril 2023. Parmi toutes les personnes en emploi, cela correspondait à 2,4 jours perdus en moyenne au cours de la période.

Note aux lecteurs

Les données présentées dans ce communiqué sont tirées de l'Enquête sur la population active (EPA) du mois d'avril, dont la période de collecte était du 9 au 15 avril 2023. Bien que l'objectif principal de l'EPA est de fournir des renseignements sur les caractéristiques de la population active, l'enquête fournit également des renseignements sur un grand éventail de dimensions de la qualité de l'emploi.

Dans le cadre de son programme des Indicateurs du marché du travail, Statistique Canada recueille des données supplémentaires sur la qualité de l'emploi au moyen de questionnaires supplémentaires mensuels et trimestriels de l'EPA.

Définitions, source de données et méthodes : numéro d'enquête [3701](#).

Pour obtenir plus de renseignements ou pour en savoir davantage sur les concepts, les méthodes et la qualité des données, communiquez avec nous au 514-283-8300 ou composez sans frais le 1-800-263-1136 (infostats@statcan.gc.ca), ou communiquez avec les Relations avec les médias (statcan.mediahotline-ligneinfomedias.statcan@statcan.gc.ca).